

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Allah swt telah menciptakan manusia secara sempurna yang memiliki kelebihan dengan tujuan karena Allah swt menugaskan kepada manusia untuk menjadi pemimpin di bumi. Tugas tersebut harus dikerjakan dengan berdasarkan semangat beribadah karena mengharap ridha Allah swt semata (Jamaludin, 2009:6). Sebagaimana firman Allah swt:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ [٥٦:٥١]

Artinya: “Tidaklah Aku menciptakan jin dan manusia kecuali hanya untuk beribadah kepada- Ku” (QS. Adz-Dzariat: 51)(Departemen Agama RI, 2009: 549)

Dengan mengerjakan amalan ibadah kepada Allah swt dapat menuntun untuk menjadi orang yang *muttaqin* atau orang yang bertaqwa, dengan berbekal ketaqwaan maka seseorang dapat memfungsikan dirinya sebagai ‘*abdullah* (hamba Allah) sekaligus pemimpin Allah swt di muka bumi, kemudian mampu melaksanakan tugas kepemimpinan dengan baik ketika di dunia dan akan dimintai pertanggung jawabannya di akhirat kelak oleh Allah swt (Jamaludin, 2009: 6).

Ibadah dalam Islam memiliki arti yang luas, karena ibadah merupakan sebuah kata yang mencakup semua perkara yang dicintai Allah swt baik

segala hal yang berkaitan dengan perkataan maupun tingkah laku atau biasa disebut dengan perbuatan yang lahir maupun batin. Dalam hal ini ibadah terbagi menjadi dua bagian yaitu ibadah yang dikerjakan secara khusus dan ibadah yang dilakukan secara umum (Jamaludin, 2009: 2). Ibadah khusus adalah ibadah yang telah ditetapkan oleh nash, seperti taharah, shalat, puasa, zakat haji dan lain-lain. Sedangkan ibadah umum adalah ibadah yang mencakup seluruh amal perbuatan yang baik dan bermanfaat, seperti *amar ma'ruf nahi munkar* atau mengajak kepada kebaikan dan melarang kepada kemungkaran, menuntut ilmu, melakukan pekerjaan dan lain sebagainya dengan syarat mengamalkannya dengan mengharap ridha Allah swt (Hasan, 2014: 181).

Diantara sekian banyak ibadah yang paling penting dalam Islam adalah shalat, merupakan ibadah yang memiliki kedudukan istimewa, baik dilihat dari cara memperolehnya yang dilakukan oleh Rasulullah secara langsung saat peristiwa Isra' Mi'raj. Dalam hal ini, shalat merupakan ibadah yang dihisab pertama sehingga menempati kedudukan penting dan tidak dapat digantikan oleh siapapun, karena seluruh amal ibadah seorang muslim dilihat dari bagaimana kualitas shalatnya. Secara garis besar shalat terbagi menjadi dua, yaitu shalat yang difardhukan atau shalat yang diwajibkan dan shalat yang tidak difardhukan atau shalat sunah (zaitun, 2013: 154).

Salah satu shalat sunah yang paling agung adalah shalat malam, atau biasa disebut dengan shalat tahajud, yang merupakan salah satu kebiasaan

mulia nabi dan rasul serta para orang shalih lainnya yang selalu mengikuti segala perintah dan larangan Allah swt, selain itu shalat tahajud merupakan salah satu shalat yang tidak pernah ditinggalkan sekalipun oleh Rasulullah selama hidupnya serta merupakan shalat yang paling utama setelah shalat fardhu sebagaimana hadis Rasulullah saw. "...Sedangkan shalat yang paling utama setelah shalat fardhu adalah shalat malam" (HR.Muslim no .1163). Kemuliaan orang yang beriman ada dengan melaksanakan shalat malam, karena shalat malam adalah cara terbaik untuk menebus perbuatan buruk yang telah dilakukan, baik sengaja maupun tidak karena manusia tidak akan pernah terbebas dari kesalahan (Hasan, 2014: 21).

Shalat tahajud memiliki banyak keutamaan maupun manfaat seperti merasakan ketenangan jiwa, mendekatkan diri kepada Allah (Wahyudin, 2015: 46) sedangkan dalam segi kesehatan melaksanakan shalat tahajud maka tubuh akan menjadi tetap bugar dan sehat. Mohammad Sholeh dalam penelitiannya telah mengukur kadar hormon kortisolglukokortikoid alami utama yang dilakukan korteks adrenal. Zat tersebut mempengaruhi kegiatan metabolisme pada glukosa, protein-protein dan lemak, dari tes tersebut dapat diketahui apakah seseorang dapat mengalami stress atau tidak. Sedangkan orang-orang yang dapat melaksanakan shalat tahajud setiap hari hingga dua bulan, kadar hormon tersebut meningkat, hal ini menandakan orang tersebut tidak mengalami penyakit stress karena melaksanakan shalat tahajud (Hasan, 2014: 22).

Semakin sering melaksanakan shalat tahajud maka sama halnya dengan sering mendekatkan diri kepada Allah swt, dari hal tersebut maka kesempatan seseorang untuk mendapatkan kebaikan semakin banyak (Khalaf, 2006: 32). Serta dengan melaksanakan shalat tahajud secara rutin dan disertai dengan rasa keikhlasan dapat menumbuhkan respon iman, baik serta kemungkinan besar dapat terhindar dari penyakit, infeksi, dan kanker. Karena hitungan medis menunjukkan bahwa dengan melaksanakan shalat tahajud dapat memiliki ketahanan tubuh yang baik (Hasan, 2014: 21). Dengan demikian shalat tahajud selain memberikan manfaat dalam kesehatan juga dapat memberikan rasa kebahagiaan dalam hidupnya (Afroyin, 2017: 90), (Kurniawan, 2018: 86).

Dalam program pendidikan Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta terdapat dua program, yaitu pertama program Pendidikan Ulama Tarjih Muhammadiyah atau biasa disingkat dengan PUTM, dan kedua adalah program Pendidikan Agama Islam Reguler yang didalamnya terbagi menjadi dua yaitu mahasiswa yang bertempat tinggal di asrama khusus mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta atau biasa dikenal dengan UNIRES UMY dan mahasiswa yang bertempat tinggal diluar, baik rumah masing-masing, kos kosan dan tempat tinggal lainnya.

Pendidikan Ulama Tarjih Muhammadiyah (PUTM) adalah salah satu bentuk amal usaha Muhammadiyah yang memiliki program khusus, yakni tempat untuk mendidik dan mempersiapkan ulama tarjih Muhammadiyah

yang mempunyai kemampuan keilmuan untuk memperdalam agama. Tujuannya untuk membentuk sarjana muslim yang beriman, bertaqwa dan berahlak mulia demi tercapainya masyarakat Islam yang sebenar-benarnya (Adah, 2017: 5).

Demi tercapainya tujuan mulia tersebut maka di Pendidikan Ulama Tarjih Muhammadiyah diberlakukan program utama yang terbagi menjadi dua, *pertama* program spiritual yang terdiri dari ibadah dan ahlak. Dan *kedua* program akademik. Dalam bidang spiritual terdiri dari shalat berjamaah, shalat tahajud, tadarus, dan puasa hari Senin-Kamis yang bersifat wajib bagi seluruh mahasiswa. Shalat tahajud sebagai salah satu kewajiban yang harus ditunaikan tidak menutup kemungkinan bahwa dalam pelaksanaannya terdapat berbagai halangan, sebagaimana disampaikan oleh Kholida salah satu mahasiswa PUTM yang mengatakan:

Karena shalat tahajud merupakan salah satu program yang diwajibkan di PUTM, maka harus saya laksanakan meskipun dalam pelaksanaannya terkadang ada berbagai hal yang menghalangi, salah satunya adalah rasa mengantuk. (Wawancara pada 28 Februari 2020)

Pelaksanaan shalat tahajud memang bukan hal yang mudah, karena hanya dapat dilaksanakan oleh sedikit manusia. Hal tersebut terjadi karena kurangnya pengetahuan tentang keutamaan-keutamaan shalat tahajud serta tidak adanya motivasi-motivasi yang mendukung, selain musuh terbesar manusia adalah Iblis yang tidak berhenti menggoda manusia, sehingga hal tersebut menjadi salah satu penyebab adanya rasa malas pada manusia untuk

melaksanakan shalat tahajud (Hasan, 2014: 21). Selain itu mengakibatkan pelaksanaan shalat tahajud sangat jarang dilakukan, baik karena minimnya tingkat pengetahuan manusia tentang keutamaan maupun manfaat shalat tahajud serta karena faktor lain seperti sifat malas pada seseorang (Utomo, 2018: 14). Dengan demikian tidak menutup kemungkinan yang akan mendapatkan manfaat dari shalat tahajud hanya sedikit (Hasan, 2014: 23).

Kebahagiaan atau kesejahteraan dalam hidup adalah hal yang diharapkan setiap manusia dalam menjalani kehidupan ini, hal tersebut berkaitan dengan bagaimana seseorang mampu memaknai arti kehidupan yang dijalaninya, oleh karena itu manusia sebagai makhluk hidup berusaha untuk memiliki kebahagiaan atau kesejahteraan hidup masing-masing. Kebahagiaan atau kesejahteraan dalam psikologi dikenal dengan istilah *well being*, pemahaman tersebut sebagai bentuk pencapaian dalam kualitas hidup direpresentasikan oleh Carol D Ryff dengan konsep *psychological well being* yang terdiri dari enam dimensi (Mayasari, 2014: 83).

Sebagaimana yang telah dipaparkan sebelumnya berkaitan dengan shalat tahajud dan kebahagiaan hidup atau *psychological well being*, maka peneliti berusaha untuk mencari tau apakah dengan rutin melaksanakan shalat tahajud dapat memberikan kecenderungan *psychological well being* pada seseorang yang rutin melaksanakannya. Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut berkenaan dengan segala hal yang berkaitan dengan shalat tahajud sebagai sarana

pencapaian *psychological well being* pada mahasiswa Pendidikan Ulama Tarjih Muhammadiyah.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah Bagaimana kecenderungan *psychological well being* pada mahasiswa Pendidikan Ulama Tarjih Muhammadiyah yang rutin melaksanakan shalat tahajud ?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kecenderungan *psychological well being* pada mahasiswa Pendidikan Ulama Tarjih Muhammadiyah yang rutin melaksanakan shalat tahajud.

2. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian tersebut diharapkan dapat memberikan informasi baru dan kontribusi keilmuan baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan wacana keagamaan sebagai salah satu bentuk partisipasi dalam memberikan dan menambah informasi khazanah keislaman. Serta menambah wawasan tentang *Psychological Well Being* di dunia

pendidikan agama Islam dan dampak psikologis dari pelaksanaan shalat tahajud.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Pengajar

Dapat memberikan motivasi yang membangun baik untuk diri sendiri maupun peserta didik agar bisa meningkatkan ibadahnya terutama dalam melaksanakan shalat tahajud.

2) Bagi Mahasiswa

Menambah kesadaran diri untuk semangat dalam beribadah dalam melaksanakan amalan-amalan sunah seperti shalat tahajud pada malam hari.

3) Bagi Pembaca

Dapat bermanfaat sebagai bahan rujukan atau acuan untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

D. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Untuk tercapainya tujuan yang tepat dan tidak memperluas objek penelitian, maka akan dirumuskan sistematika pembahasan berikut ini:

Bab pertama berisi pendahuluan, yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika pembahasan.

Bab kedua berisi tinjauan pustaka yang berkaitan dengan penelitian baik berupa kesamaan dalam objek kajian maupun metode kajian sebagai pembeda dan pijakan dalam proses penyusunan penelitian.

Bab ketiga adalah metode penelitian. Meliputi tentang jenis penelitian, pendekatan, lokasi penelitian, objek penelitian, subyek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data dan teknis analisis data.

Bab keempat berisi hasil dan pembahasan tentang laporan pembahasan dan hasil penelitian yang telah dilakukan,

Bab kelima merupakan penutup yang berisi kesimpulan sebagai jawaban atas rumusan masalah yang diperoleh setelah melalui proses pembahasan serta berisi saran.